اعوذ بالله من الشیطن الرجیم

بسم الله الرحمن الرحیم

جادوی شیاطین (قسمت صد و دو)

درمان بیماری

خدای مهربان تمام نکات کلی که برای زندگی هر انسانی لازم است را در قرآن آورده است؛ از جمله توصیه های لازم برای سلامتی جسم و حتی درمان جسم بیمار. خدای مهربان میفرماید که در قرآن، از هر گونه مثالی زده است. از هر گونه مثالی، یعنی حتی طریقه درمان بیماری را هم فرموده است.

وَلَقَدْ ضَرَبْنَا لِلنَّاسِ فِي هَذَا الْقُرْآنِ مِنْ كُلِّ مَثَلٍ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ ﴿٢٧﴾ و در این قرآن از هر گونه مثلی برای مردم آوردیم باشد که آنان پندگیرند (٢٧)

در ادامه خواهیم دید که قرآن در راهنمایی برای درمان بیماریها، از خود جسم انسان و توانایی های او بهره می برد. و چون مریض شوم، اوست که مرا شفا می دهد. این جمله بی چون و چرای قرآن است. دستورات خدا بی چون و چراست زیرا آنچه در

آسمانهاست وتمام موجوداتی که در زمین می خزند و حرکت می کنند آفریده اویند و مهمتر از همه اینکه آنها تکبر نمی ورزند و برا ی خدا سجده می کنند. تمام ویروسها و میکروبها و ریز موجودات دیگر تحت امر و فرمان خدایند. این موجودات مغرور و متکبر نیستند. آنان تحت نظام رحمانی فعالیت میکنند و مشکلی برای انسان ایجاد نمی کنند، فقط کافیست از دستورات خدای رحمان پیروی شود. انسان بدون این موجودات در زمین بسیار تنها خواهد بود.

خدای مهربان، داستان یک فرد بیمار به نام ایوب را در قرآن بیان فرموده است و نکات مهمی در این داستان ، بیان شده است؛ آنجایی که ایوب می‌گوید که پروردگارا شیطان مرا به رنج و عذاب دچار کرده است. در این چند آیه، راه حل کلی درمان هم بیان شده است. ایوب یکی از پیامبران بوده است و او به یک بیماری و یا یک نوع سندروم دچار شده بود که مربوط به سیستم ایمنی بدنش بود. البته اگر واقع نگر باشیم و بیشتر دقت کنیم، بیشتر بیماریها بخاطر سیستم ایمنی بدن ما، بر ما مسلط میشوند. بنابراین درمانی که خدا برای ایوب در قرآن بیان فرموده است، میتواند دستورالعمل کلی برای تمام بیماریهای دیگر هم باشد. در بیشتر بیماریها، یا سیستم ایمنی بدن ضعیف است و یا سیستم ایمنی بدن به خودش حمله میکند و مشکلاتی برای خود بوجود میاورد.

۱. اعتراف به منشاء بیماری :

قبل از هر گونه اقدامی، ایوب به روش غلط زندگی خود قبل از بیماری اعتراف کرد و دخالت شیطان در بیماری ای که دچارش شده بود را پذیرفت. او پروردگار را ندا داد و گفت که شیطان مرا به رنج و عذاب و سختی دچار کرده است. ایوب از تفکرات و استایل و روشهای قبلی برگشت و به اشتباه خویش پی برد. یعنی تشخیص دو بخش دارد یکی این که مشقت و سختی را تشخیص بدهیم و دوم اینکه این ناراحتی و سختی را از جانب شیطان بدانیم. بعضی مشکلات در زندگیها طبیعی است و خدا اینها را کَبَد می نامد.

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ ﴿۴﴾براستی که انسان را در رنج آفریده ایم (۴)

کَبَد موجب رشد انسان می شود. مانند مرگ یک نفر که به ما نزدیک است؛ که با مرگ وی اولین جمله ای که یک مومن بیان می دارد این است انا لله و انا الیه راجعون. یعنی با مرگ یک نفر که یک نوع کَبَد و رنج در سیستم رحمانی است ما به رشد بیشتری می رسیم ولی نُصْبٍ وَعَذَابٍ **(که ایوب به آن اعتراف کرد) موجب غی و عذاب بیشتر می شود. برای همین باید هر چه سریع تر توبه کرد و منشا این مشقت را به شیطان نسبت دهیم.**

وَاذْكُرْ عَبْدَنَا أَيُّوبَ إِذْ نَادَى رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الشَّيْطَانُ بِنُصْبٍ وَعَذَابٍ ﴿۴۱﴾
و بنده ما ایوب را به یاد آور آنگاه که پروردگارش را ندا داد که شیطان مرا به رنج و عذاب مبتلا کرد (۴۱)

بنابراین بعضی مشکلات ، بخاطر بکارگیری ایدئولوژیها و روشهای شیطان است. ایوب خیلی مرد باهوشی بود و تفاوت این دو را تشخیص داد و فرق بین این دو را تشخیص داد. او صرفا بخاطر خوردن غذای فاسد، بیمار نشده بود؛ بلکه او بخاطر انتخاب یک استایل غلط برای زندگی بیمار شده بود. بین این دو نوع بیماری خیلی تفاوت است. یعنی با توجه به استفاده کردن کلمه ربّ در آیه مربوط به تشخیص (إِذْ نَادَى رَبَّهُ) **، ایوب متوجه شده بود که مکتب تربیتی که برای خود انتخاب کرده بود اشتباه بوده و با اعتراف خود به یگانه ربّ اصلی و تنها مکتب تربیتی درست یعنی خدای خود بازگشت نمود. یکی از صفات ایوب، بازگردنده به طرف پروردگار بوده است** (اوّاب)**. طبق گفته تورات، ایوب فردی دارا و ثروتمند بوده است و سبک خاصی از تغذیه را بکار برده است. او همراه خانواده اش، همیشه گل سر سبد غذاها را میخورده اند. طبق فرموده قرآن، ایوب به روش غلط خودش اعتراف میکند.**

هر فرد بیمار، دلیل بیماری خود را باید بداند. اگر بیمار، روش غلط زندگی خود را بفهمد و علت ابتلا به بیماری خود را بفهمد و به آن اعتراف کند، در همان لحظه درمانش را شروع کرده است و خدا روش حلها را برای او سهل و آسان میکند و روش حلها را جلو پایش می گذارد. به همین خاطر بعد از اعتراف ایوب، خدا به ایوب می فرماید که ای ایوب ارْكُضْ بِرِجْلِكَ هَذَا **یعنی با پایت به زمین بزن. این یعنی روش حل را جلو پایت گذاشته ایم، فقط کافیست شروع کنید. البته ایوب بعد از اعتراف به بیماریش، درمان را همان لحظه شروع کرد. مثلا کسی که کبدش مشکل پیدا میکند و اعتراف میکند که چربی و شیرینی زیاد مصرف کرده است؛ و از کرده خود پشیمان**

میشود، این اعتراف به آن معناست که او نیت دارد درمان شود و خدا هم راه حلها را جلو پایش می گذارد. همیشه هم گفته شده است که تشخیص بیماری، خود نیمه درمان است.

۲. درمان بیماری: روی پای خود بایست و به سیستم ایمنی بدن خود اعتماد کن

خدا برای درمان بیماری ایوب، به او توصیه فرمود که روی پای خود بایست یعنی بر توانایی هایی بدن هوشمند خودت که خدا خلق کرده تکیه کن و بوسیله خوردن غذاهای با طبع سرد، غسل کردن و تحریک لایه خارجی بدن بوسیله حمام با آب سرد، و خوردن غذاهای مایع؛ سیستم ایمنی بدن خود را فعال کن تا بهبود یابید.

ارْكُضْ بِرِجْلِكَ هَذَا مُغْتَسَلٌ بَارِدٌ وَشَرَابٌ ﴿۴۲﴾
[به او گفتیم] با پای خود [به زمین] بکوب اینك این چشمه ساری است سرد و آشامیدنی (۴۲)

آیه فوق دنیایی از نکات را در خود دارد. از یک لحاظ دیگر بَارِدٌ **میتواند اشاره به آبهای زیر زمینی که سرد و قابل نوشیدن هستند باشد،که هم نوشیدن آن و هم تماس پوستی با آن خود نوعی درمان است؛ زیرا بسیاری از مواد معدنی از طریق پوست به بدن انسان می رسد. همچنین دوش آب سرد نیز به نوعی سیستم ایمنی بدن را تحریک و تقویت می نماید.** مُغْتَسَلٌ **معنای دیگری هم دارد که عبارت است از مکان و شرایط زندگی. یعنی گاهی زندگی در جای گرم و راحت و خوردن غذای با طبع**

گرم آنقدر ها هم مناسب نیست زیرا موجب می شود بدن به این غذاهای گرم و مقوی و مکان گرم و راحت معتاد شده و دیگر خودش به تلاش و تکاپو تکیه نکند و سیستم ایمنی بدن روز به روز ضعیف تر شود. دلیل این دستورات خدای حکیم با توجه به سبک قبلی زندگی ایوب خیلی واضح است. ایوب فرد ثروتمندی بوده است. او و خانواده اش از غذاها، همیشه خوشمزه ترین ها و شهدها و رویالها و بهترین میوه ها و برترین ها را میخورده اند و بیشتر این نوع غذاها، پر کالری و طبع گرم داشته اند. این نوع تغذیه، شاید در اوایل سیستم ایمنی بدن را تقویت کند، ولی به مرور، سیستم ایمنی بدن را تنبل میکند و بدن دفاع از خود را نادیده می گیرد و تعداد گلبولهای مدافع بدن کم میشود. خیلی از مردم ، در زمانه ما هم فقط غذاهای برگزیده و با طبع گرم میخورند.

ارْكُضْ بِرِجْلِكَ هَذَا مُغْتَسَلٌ بَارِدٌ وَشَرَابٌ ﴿۴۲﴾
[به او گفتیم] با پای خود [به زمین] بکوب اینك این چشمه ساری است سرد و آشامیدنی (۴۲)

آیه فوق می فرماید که برای درمان این نوع بیماری؛ به هیچ عامل خارجی تکیه نکنید و بلکه سیستم ایمنی بدن خود را تحریک کنید تا بدن ما خودش، خود را درمان کند. ارْكُضْ بِرِجْلِكَ هَذَا **بر این نکته دلالت دارد. هر جا خدا ، از پا حرف میزند، یعنی متکی به**

خود باش و روی پای خود بایست. رِجْلِ در عربی به معنای پا و پیاده هم هست. یعنی روش درمان بدون استفاده از دستگاه، ماشین و سایر تجهیزات پزشکی.

متاسفانه بیشتر مراکز درمانی، با مراجعه بیمار، در نود و نه درصد موارد داروهای شیمیایی برای او تجویز میکنند و او را دست خالی به خانه نمی فرستند و این اصل قرآنی را رعایت نمی کنند. تمام مراکز تحقیقاتی و درمانی باید نزد کلام خدا در قرآن شاگردی کنند و بدون مغرور شدن به فرمولهای شیمیایی، به حرف خدا اعتماد کنند. بالاخره روزی بشر به این نتیجه خواهد رسید که بیشتر داروهای موجود، یک مخدر و مسکن و جادوگری است و سیستم ایمنی بدن انسان را روز به روز ضعیف تر و وابسته تر میکند و به این طریق مافیای درمان و دارو در جامعه تشکیل میشود. خیلی از بیماران، نمیدانند که چطوری بیماریشان را درمان کنند و چشم امید به داروها و مسکنها دارند؛ غافل از آنکه خدا روش حلها را در قرآن بیان فرموده است.

این قسمت از آیه بر تحرک هم دلالت دارد. یعنی با پای خود حرکت کن و بدنت را فعال کن، تا خون در قسمتهای مختلف بدن جریان یابد و فعالتر شود. این هم در فعال سازی سیستم ایمنی بدن انسان موثر است. حتی غسل با آب سرد هم بخاطر شوک وارد کردن و فعال کردن سیستم ایمنی بدن مفید است. بعضی بیماریها مثل واریس پا، و سردرد (صداع) با ریختن آب سرد روی آن، از آن جلوگیری میشود.

در زمان های قدیم آب گرم به آن صورت وجود نداشت و مردم با همان آب با دمای طبیعی رودخانه یا چشمه ها یا لوله کشی خود را می شستند و مواد معدنی مفیدی از طریق پوست نیز به بدن آنها وارد می شد. برای همین بدنشان قوی و مقاوم بار می

آمد. از طرفی دوش آب سرد اراده فرد را تقویت می نماید. و به نوعی باعث می شود که فرد دوباره به حالت اولیه خود برگردد.

۳. درمان بیماری: غسل درونی و غسل بیرونی

در ادامه خدا می فرماید که مُغْتَسَلٌ بَارِدٌ وَشَرَابٌ **یعنی غذاهای با طبع سرد بخور و همچنین با آب سرد غسل کن و همچنین غذاهای آبکی بخور. این سه دستوری است که خدای مهربان به ایوب میدهد. زیرا** بَارِدٌ **به معنای سرد است و برای قسمت بیرونی بدن و درونی بدن هر دو صادق است. وقتی از اغتسال بیرونی بدن صحبت میشود، منظور حمام با آب سرد است و همچنین وقتی از اغتسال درونی بدن صحبت میشود؛ منظور میل غذاهای با طبع سرد است. در ابتدای آیه هم خدا می فرماید** ارْكُضْ بِرِجْلِكَ هَذَا **یعنی با پای خود اینها را انجام بده. یعنی بدون دخالت دستگاه تزریق و سرم و غیره انجام بده. روی پای خود بایست و به ابزار آلات و وسائل پزشکی و درمانی متکی نباش.**

ما باید در زمستان در هوای سرد بیرون رویم و در تابستان در هوای گرم هم بیرون رویم، تا سیستم ایمنی و حفاظتی بدن ما خودکفا شود و همیشه آماده و فعال باشد. متاسفانه اکنون همیشه در فصل گرما، کولر روشن است ودر فصل سرما همیشه و در تمام مدت زمستان و پاییز بخاری روشن است و این مهمترین دلیل ضعیف شدن سیستم ایمنی بدن انسانهاست. بهتر است که به سیستم رحمانی اعتماد کنیم و آن را عمیقا درک نماییم. خدا تغییر فصل میدهد ، زیرا این تغییرات برای بدن و سلامتی

آن لازم است. شرایط زندگی باید طوری باشد که انسان همیشه از بارهای اضافی پاک باشد. وضو و تیمم و نماز در اغتسال بیرونی و درونی بسیار موثر هستند.

سیستم بدن انسان، بسیار پیچیده تر از آن است که انسان بتواند آن را کنترل کند. طول مویرگهای یک انسان بالغ تا ۹۶۰۰۰ کیلومتر میتواند طول داشته باشد. این دو برابر اندازه دور کره زمین است. بدن انسان دارای طراحی فوق العاده ای است. بنابراین کافی است که سیستم ایمنی بدن خود را بکار بیندازی تا خود بدن ما همه دفاعهای لازمه را صحیح انجام دهد.

متاسفانه، بعضی مردم فقط غذاهای با طبع گرم می خورند و سیستم ایمنی بدن خود را بی کار میکنند و این بیکاری معادل شروع ضعیف شدن آن است. مگر ممکن است که خدا این همه غذاها و سردی ها خلق کرده باشد و آن وقت به مردم توصیه کند که بیایید فقط غذاهای با طبع گرم بخورید! بشر در زیاده روی و افراط و تفریط استاد است و خیلی زود جوگیر میشود. یکی به بچه اش فقط غذاهای با طبع گرم میداد، بعد از مدتی کودک او سیستم ایمنی بدنش تنبل شد و در نتیجه ضعیف شد و تعداد گلبولهای محافظ بدنش خیلی کم شد و کودک تقریبا هر هفته بیمار میشد. این فرد بخاطر کم اطلاعی ، همیشه بهترین غذاها و خوشمزه ترین غذاها و غذاهای با طبع گرم به بچه اش میداد و به این طریق ناخواسته سیستم ایمنی بدن کودکش را کامل ضعیف کرده بود. استفاده زیاد از مواد مقوی، بدن را معتاد می کند . یعنی دیگر برای کوچکترین مریضی باید مواد مقوی میل کند و الا بدنش به تنهایی از پس بیماری بر

نمی آید و از طرفی عزت نفس فرد کاهش می یابد؛ زیرا باید برای مثلا یک سرماخوردگی ساده از واسطه های مغذی و قرص برای درمان استفاده نماید.

خدا در آیه میخواهد به بشر توصیه کند که خود را به غذاهای با طبع سرد و یا گرم عادت نده و بلکه از هر دو نوع بخور تا دچار چنین مشکلاتی نشوید. غسل معمولا به بخش ظاهری بدن مربوط است. اما خدا در این آیه از یک غسل درونی صحبت می نماید که بدن گرم شده و پاستوریزه را با غذاهای سرد شستشو میدهد. تابحال کسی به این غسل درونی توجه نکرده است. همانطور که غسل بیرونی، به بدن ما آرامش میدهد، یک غسل درونی هم برای بدن ما لازم است تا که سیستم ایمنی بدن ما را تحریک و تقویت کند.

خدا از یک مبارزه درونی صحبت میکند که برای درمان بیماریها لازم است. بیماری ای که مربوط به درون بدن ماست، قطعا به یک مبارزه درون بدنی ما نیاز دارد. این مبارزه به تصمیم ما بستگی دارد و ما باید آن را شروع کنیم.

وقتی حیوانات را به مزرعه بفرستید، از تمام گیاهان موجود در مزرعه میخورند و هیچ وقت گزینشی عمل نمی کنند. این خاصیت طبیعی و ساده توسط حیوانات رعایت میشود. اما در زمستان، حیوانات از یک نوع گیاه محدود میخورند و بنابراین همین نکته خودش، شیر نوشیدنی حیوان در زمستان و تابستان را متفاوت میسازد و باعث تحریک سیستم ایمنی بدن مصرف کننده شیر میشود و خدای مهربان سلامتی و ایمنی بدن ما را در این تفاوتها قرار داده است. کلا طبیعت زمین باید بر بدن ما حاکمتر باشد. ما همگی از خاک آفریده شده ایم و مُغْتَسَلٌ در آیه به معنای هماهنگ شدن با

طبیعت و شرایط طبیعی زمین و فصول مختلف هم هست. آدمهای خاکی، در زمین راحت تر هستند و از خاکی شدن خود نمی ترسند، و از نظر سیستم ایمنی بسیار بهتر هستند. در طبیعت خدادادی، زنبور نیش میزند، تیغ دارد و خار دارد؛ همه چیز گل و بلبل نیست. سیستم ایمنی بدن انسان با شرایط گل و بلبل ضعیف میشود. باید بدن انسان، نور خورشید به او بتابد و با خاک تماس داشته باشد، پایش را لخت کند و در آبهای طبیعی بیندازد. عبارت ارْكُضْ بِرِجْلِكَ **در آیه بسیار پرمعناست. زیرا گاهی ساعتها پا را زیر آفتاب می گذاری ولی آفتاب سوخته نمیشود. برخلاف صورت و دستها، پاها خیلی دیر آفتاب سوخته میشوند. من دلیل علمی اش را نمیدانم ولی ظاهرا برای خیلی افراد اینطوری است. برای حفظ ایمنی بدن، باید خودمان را در آغوش نظام رحمانی بیندازیم و به سیستم رحمانی اعتماد کنیم. اعتماد به خدا و نظام او، بهترین درمانگر انسان است.**

خالکوبی و تزریق ژل و سایر عملهای زیبایی، مخالف ماهیت مُغْتَسَلٌ **در این آیه هستند. زیرا اینها ماهیتشان بر اضافی بودن گذاشته شده است و مزاحم غسل هستند و در نتیجه به سیستم ایمنی بدن انسان ضربه مهلکی وارد میکنند. بعضی ها آنقدر حساسند، روی خاک دست نمی زنند. بعضی ها همیشه کرم ضد آفتاب مصرف میکنند و همیشه دست کش دست میکنند و همیشه عینک آفتابی میزنند. در حالیکه خدای مهربان یکی از روشهای وضو را تیمم گذاشته است که کاملا با خاک انجام میشود. یعنی خاک زمین خودش پاک کننده است. روی پوست هر کاری نکنید و هر چیزی نمالید زیرا اینها مخالف و باطل کننده کلمه** مُغْتَسَلٌ **هستند. عضلات داخلی چشم باید حرکت کنند**

و این فقط در حالت عوض کردن محیط میسر است. وقتی از خانه بیرون میاییم، مردمک چشم شروع به تنگ شدن میکند و بالعکس. تمام این حرکات به نوعی ورزش و حرکات خودمحافظتی اعضای بدن ماست. اما مردم اکنون در همه محیطها، از عینک آفتابی بسیار تیره استفاده میکنند و عملا حرکات خودکار چشم و اعضاء داخلی آن را خنثی میکنند و باعث تنبل شدن و حساس شدن آن میشوند. حساسیت به گل و گیاه و طبیعت را نباید از بین برد، بلکه اینها عکس العمل طبیعی بدن ما و تحریک کننده سیستم ایمنی بدن هستند.

بعضی ها برای اینکه پوست دور و بر چشمشان چین و چروک نشود همیشه از عینک آفتابی استفاده می کنند که استفاده مداوم و همیشگی آن بسیار مضر است؛ و در این حالت، عضلات مردمک چشم چون کمتر فعالیت می کنند تضعیف شده و در حالت عادی دیگر نمی توانند به آن اندازه که لازم است منقبض شده و نورهای اضافی وارد چشم می شوند و شبکیه فرد را دچار آسیب می کنند. بعضی محافظاتها، که مردم فکر میکنند محافظت است، در اصل محافظت نیست و بلکه ضرر است.

۴. خانواده ایوب هم بیمار شده بودند

آیه می فرماید که بعد از بهبودی ایوب، کسانش را و نظایر آنها را همراه آنها به او بخشیدیم و اما این قسمت از آیه نشان میدهد که سبک زندگی و غذایی خاص، علاوه بر ایوب، خانواده ایوب را هم تحت تاثیر قرار داده بود.

وَوَهَبْنَا لَهُ أَهْلَهُ وَمِثْلَهُمْ مَعَهُمْ رَحْمَةً مِنَّا وَذِكْرَى لِأُولِي الْأَلْبَابِ ﴿۴۳﴾
و [مجددا] كسانش را و نظاير آنها را همراه آنها به او بخشيديم تا رحمتى از جانب ما و عبرتى براى خردمندان باشد (۴۳)

در ادامه خدا میفرماید که ای ایوب برای درمان خود و خانواده ات و ترک عادتهای غلط غذایی و سبک زندگی غلط ، باید از امکانات و قدرت و نفوذ خود بهره برید. مترجمین قرآن، ترجمه های جورواجوری از این آیه بیان کرده اند که هیچکدام نتوانسته اند، لب مطلب را بیان کنند. وَخُذْ بِيَدِكَ ضِغْثًا فَاضْرِبْ بِهِ **یعنی بسته به امکانات و خانواده خود**(وَخُذْ بِيَدِكَ) **،تعدادی از ساقه ها** (ضِغْثًا) **را انتخاب کن و آن را در سیستم غذایی خانواده ات با قاطعیت اجرا کن** (فَاضْرِبْ بِهِ)**. بنابراین ترجمه صحیح آیه اینطوری است: و به او گفتیم یک بسته غذایی سالم و متفاوت از قبل انتخاب کن و آن را قاطعانه اجرا کن و دو دل نباش و به روش قبلی برنگرد. ما او را شکیبا یافتیم چه نیکوبنده ای به راستی او توبه کار بود.**

وَخُذْ بِيَدِكَ ضِغْثًا فَاضْرِبْ بِهِ وَلَا تَحْنَثْ إِنَّا وَجَدْنَاهُ صَابِرًا نِعْمَ الْعَبْدُ إِنَّهُ أَوَّابٌ ﴿۴۴﴾
[و به او گفتيم] يك بسته غذايى سالم انتخاب كن و آن را قاطعانه اجرا كن و دو دل نباش ما او را شكيبا يافتيم چه نيكوبنده اى به راستى او توبه كار بود (۴۴)

کلمه ضِغْثًا **در این آیه به معنای ساقه و یا ریشه است. زیرا یک گیاه یا محصول به چهار یا پنج قسمت کلی تقسیم میشود:**

۱- ریشه مثل چوب زردچوبه

۲- ساقه مثل ریواس و کرفس

۳- گل

۴- میوه

۵- شهد و رویال مثل قسمت خوشمزه غذاها و یا عسل

معمولا میوه و شهد یک محصول، خوشمزه ترین قسمت یک درخت و یا گیاه هستند. این قسمت از محصولات، چون خوشمزه اند، در میان خانواده ها طرفدار زیادتری دارند و معمولا بچه ها در خانواده بیشتر از آن مصرف می کنند. یک بچه علاقه ای به غذای تلخ و یا تند و یا ریشه و ساقه ندارد. مثلا بچه ها از گیاه شلغم که بصورت ریشه است، خوششان نمیاید. در صورت عادت به غذاهای خوشمزه و برگزیده، معده و سیستم گوارش انسان، بسیار تک بعدی و پاستوریزه بار میاید و به همین خاطر بچه های امروزه بسیار ضعیف و حساس و تقریبا همیشه بیمار هستند.

قسمت ساقه و ریشه به تلخی گرایش دارند و کمتر طرفدار دارند. خدا به ایوب می فرماید که خودت و خانواده ات به شهد و رویال محصولات عادت کرده اند. برای ریکاوری و بازیابی سلامتی خود و خانواده ات، باید با قاطعیت تمام، نظام غذایی خانواده را سالم و معتدل کنید و از ریشه ها و ساقه ها هم انتخاب کنید و آن را با قاطعیت اجرا کنید. زیرا در سطح خانواده، همگی یک غذا میخورند و یک تصمیم

سراسری برای تغییرات غذایی باید گرفته شود. کلمه فَاضْرِبْ بِهِ **در این آیه به معنای زدن نیست، بلکه به معنای اجرای قاطع تصمیم است. در آیه ای دیگر که خدا راجع به زنان صحبت می فرماید و میگوید اضربوهن، به معنای کتک زدن نیست و بلکه به معنای اجرای قاطعانه تصمیم است.**

در رستورانها و فست فودها، اصل بر خوشمزه بودن غذاهاست و بنابراین چربی ها و شیرینی ها در آن بشدت مصرف میشود. در این جور جاها معمولا، سلامتی در نظر گرفته نمیشود.

وَخُذْ بِيَدِكَ ضِغْثًا فَاضْرِبْ بِهِ وَلَا تَحْنَثْ إِنَّا وَجَدْنَاهُ صَابِرًا نِعْمَ الْعَبْدُ إِنَّهُ أَوَّابٌ ﴿۴۴﴾
[و به او گفتیم] يك بسته غذایی سالم انتخاب کن و آن را قاطعانه اجرا کن و دو دل نباش ما او را شکیبا یافتیم چه نیکوبنده ای به راستی او توبه کار بود (۴۴)

شهد شیره گلها و گیاهان مختلف و گل سر سبد غذاها است و اما ضغث از ساقه ها و ریشه های مختلف است. شهدها معمولا طبیعت گرم دارند و ضغثها معمولا طبیعت سرد دارند. بنابراین شهد و ضغث دو مفهوم کامل کننده همدیگر هستند و نباید در هیچکدام افراط و تفریط شود. در زمانی که سیستم ایمنی بدن انسان ضعیف میشود، باید سردی را با گرمی استفاده کنی و یا گرمی را با سردی استفاده کنی. این قسمت از آیه (وَخُذْ بِيَدِكَ ضِغْثًا فَاضْرِبْ بِهِ**) به این معنا دلالت دارد. اگر مصرف غذاهای گرم باعث ضعف سیستم ایمنی بدن شده است، باید آن را با سردی استفاده کنی (مثل بیماری**

ایوب) و اما اگر مصرف غذاهای سرد باعث ضعف سیستم ایمنی بدن شده است، باید آن را با گرمی و غذاهای گرم استفاده کنی (مثل سرماخوردگی).

وقتی آدمیان فقط غذاهای با طبع گرم مصرف میکنند، ابتدا سیستم ایمنی بدن قوی تر میشود ولی بمرور زمان، به علت عدم چالش و حریف، سیستم ایمنی بدن هوشیاری و بیداری اش را از دست میدهد و به نوعی معتاد می شود. در یک فیلم سینمایی ، یک سامورایی و یک فرد نظامی به تقابل هم رفتند. در این مبارزه تن به تن، سامورایی فرد نظامی را شکست داد، زیرا فرد نظامی به تفنگ گرم عادت کرده بود و به تفنگش دل گرم کرده بود. بنابراین در جنگ تن به تن شکست خورد. نظام و سیستم ایمنی بدن ما هم اینطوری است و بدن ما باید تن به تن با ویروسها و میکروبها، بجنگد. نباید زیاد به شرایط خاص گرمی و تغذیه های سطح بالا عادت کند که در مواقع بحرانی، سیستم ایمنی به هم میخورد و شکست میخورد، زیرا همیشه همه چیز بر وفق مراد نیست.

تابستان گرم است و زمستان سرد است. هرکدام سختی های مخصوص خود را دارند. این سختی ها عذاب نیستند. بلکه این ها یک نوع كَبَدٍ **هستند. اصلا خاصیت کره زمین این است، زیرا ما به این جا تبعید شده ایم.** كَبَدٍ **سختی های سیستم رحمانی است.**

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ ﴿۴﴾براستی که انسان را در رنج آفریده ایم (۴)

اما نکته مهم این است وقتی سیستم ایمنی بدن ضعیف بشود، فرد متاسفانه در مقابل کَبَدٍ (سختی های سیستم رحمانی) هم ضعیف شده و در دام بسیار هوشمندانه شیطان قرار می گیرد و از سیستم رحمانی شکایت می کند. در حالیکه فرد با روش نادرست متاسفانه آنقدر خود را ضعیف کرده که حتی نمی تواند یک روز سرد بیرون رفته و سریع مریض می شود و کفران نعمت کرده و خدا را مقصر می داند. اما ایوب این دو نوع سختی را از هم تشخیص داد و بین این دو تفاوت قائل شد. ایوب متوجه شد که بنا به وسوسه شیطان، روش زندگی و تعذیه غلطی را برگزیده است و همین او را وارد چنین مشکلی کرده است و او سختی های نظام رحمانی را با اشتباه خودش از هم تشخیص داد و به این طریق ایوب به آغوش نظام رحمانی برگشت.

گاهی انسان آنقدر در ناز و نعمت خود را غرق کرده و شرایط طبیعی را فراموش کرده که به محض یک حادثه و رویداد کاملا طبیعی از خدا گلایه کرده و حتی ناسپاسی کرده و کفر هم می گوید.

در ادامه میفرماید که وَلَا تَحْنَثْ إِنَّا وَجَدْنَاهُ صَابِرًا نِعْمَ الْعَبْدُ إِنَّهُ أَوَّابٌ **یعنی در این تصمیم قاطع باش و صبر داشته باش و تغییرات ظاهری تو را در تصمیمت پشیمان نکند. بعضی افراد با بالا رفتن و یا پایین رفتن دمای بدن خود، فکر میکنند که دارند می میرند و یک سردرد ساده را تحمل نمی کنند و سریع دارو مصرف میکنند و یا مرتب ضربان قلب و فشار خون خود را چک میکنند. که اینها در تصمیمات انسان نباید تاثیرگزار باشد و کلمه** لَا تَحْنَثْ **در این معناست که تغییرات اولیه در بدن بخاطر استفاده از سیستم غذایی جدید، نگرانت نکند و صبور و مقاوم باش. خدا می فرماید که** إِنَّهُ

أَوَّابٌ يعنی ایوب از تفکرات و روشهای غلط قبلی برگشت و روشش را عوض کرد و قاطعانه آن را اجرا کرد. حتی کلمه ایوب در زبان عبری به معنای بازگشت کرده به سوی نظام رحمانی است. در قرآن هم ، صفت أَوَّابٌ به او داده شده است که به همین معناست.

بعضی چکاپها در روشهای درمان اصلا جالب نیست و روحیه افراد را ضعیفتر میکند. چندین سال پیش، یکی ریه اش مشکل پیدا کرده بود. او سالها با این ریه مشکل دار زندگی میکرد. پیش پزشک رفت، پزشک به او گفت که هفتاد درصد ریه ات از بین رفته است. کلمه هفتاد درصد چنان تاثیر بدی روی او گذاشت که بعد از چند هفته فوت کرد. در حالی که او قبلا با آن ریه مشکل دار سالها زندگی کرده بود. اما بعضی لغات و درصدها، تمام ماجرا و واقعیتها را بیان نمی کنند و با لفظ نامناسبی گفته میشوند. همیشه اعداد و آمارسازیها، تمام واقعیت را بیان نمی کنند. همین اعداد الکی، انسانها را به سمت مصرف خودسرانه دارو می برد.

خدا به ایوب می فرماید که ای ایوب تحت تاثیر این کلمات و اعداد قرار نگیر و صابر باش. ایوب تحت تاثیر این اعداد و ارقام قرار نمی گیرد و به همین خاطر خدا او را صابر می نامد. وقتی تب می کنید و سریع یک قرص مُسکن مصرف می کنید؛ این خودش یعنی عدم صبر. هر تبی نباید قطع شود بجز موارد نادر. زیرا اینها دخالت در سیستم حفاظتی بدن است. بشر با این همه ادعا، هنوز بیسوادتر از آن است که سیستم پیچیده ایمنی بدن را بفهمد. دخالت بدون علم و آگاهی در سیستم ایمنی بدن، خودش یک نوع جادوست. وقتی یک بچه بیمار است، اگر یک اسباب بازی برایش بخرید،

زودتر خوب میشود. زیرا آدمی نباید در مورد بیماری پیش بینی های الکی انجام دهد. کلمه لَا تَخْشَ **به این معناست. نگرانی های الکی بخاطر عدم اطلاع ما از سیستم ایمنی بدن است.**

انسان باید در حین بیماری هم یکتاپرست بودن خود را مثل ایوب اثبات کند و البته انسان در همه حال باید آن را اثبات کند. خدا کسی است که مرده را از زنده و زنده را از مرده بیرون میاورد. خدا کسی است که سلول مرده را زنده میکند و سلول زنده را می میراند. این خودش یک روش درمانی است که فقط خدا آن را انجام میدهد و اختصاصا پیش اوست. وقتِ بیماری و مریضی، حالا نوبت بیمار است که تفکرات و اعتماد و توکل خود به خدا را ظاهر کند و شناخت خود نسبت به خدا را نمایش دهد. انسان که نباید فقط در خوشی ها، به فکر خدا باشد؛ باید در ناخوشی ها هم روحیه یکتاپرستی خود را مورد محک و آزمایش قرار دهد.

إِنَّ اللَّهَ فَالِقُ الْحَبِّ وَالنَّوَى يُخْرِجُ الْحَيَّ مِنَ الْمَيِّتِ وَمُخْرِجُ الْمَيِّتِ مِنَ الْحَيِّ ذَلِكُمُ اللَّهُ فَأَنَّى تُؤْفَكُونَ ﴿۹۵﴾

خدا شکافنده دانه و هسته است زنده را از مرده و مرده را از زنده بیرون می آورد چنین ست خدای شما پس چگونه [از حق] منحرف می شوید (۹۵)

یکتاپرستان، از بیماری نمی ترسند و حتی به قیمت مرگ، روشهای خدا را اجرا میکنند؛ زیرا میدانند که خدا مرده را زنده و زنده را می میراند. کسی که به حرف خدا ایمان دارد و روش درمانی خدا را اجرا میکند و می میرد، دچار مرگ زیبایی شده است. مرگی که با روش خدا بدست آید، زیباست و خدا بخشنده مهربان است و آنان را

مورد مغفرت و رضوان خود قرار میدهد. کسانی که در راه خدا می میرند؛ مستقیم به بهشت میروند و این نوع مرگ زیباست، زیرا این نوع مرگ ناشی از اعتماد کامل به خداست.

وَلَا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمْوَاتًا بَلْ أَحْيَاءٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ يُرْزَقُونَ ﴿١٦٩﴾

هرگز کسانی را که در راه خدا کشته شده اند مرده مپندار بلکه زنده اند که نزد پروردگارشان روزی داده می شوند (۱۶۹)

کسی که به خدا اعتماد کامل نداشته باشد، خود را در راه خدا به کشتن نمی دهد و در این مورد ریسک نمی کند. اصلا روش درمان بیماری براساس دستور خدای رحمان، نوعی تلاش و کوشش در راه خداست و خدا قطعا تلاش کنندگان در این زمینه را بر دیگران فضیلت بخشیده است (فَضَّلَ اللَّهُ الْمُجَاهِدِينَ عَلَى الْقَاعِدِينَ)**.**

روش درمان بیماری، شاید آخرین فرصت انسان باشد که حداقل یکی از نصیحتها و روشهای خدای رحمان را در زندگی خود اجرا کند و با نظام رحمانی آشتی کند و در نتیجه مورد مغفرت و رحمت خدا قرار گیرد. ما باید کارا بودن نظام رحمانی را اثبات کنیم. ما مسئولیت و باری را در طول زندگی خویش با خود حمل میکنیم و باید روزی به زمین بگذاریم و چه قدر خوب خواهد بود که آن را با نام خدا پایان دهیم و با نام خدا به زمین بگذاریم. پایان زندگی یعنی روش خدا را در درمان بکار گیریم؛ اگر نتیجه گرفتیم، مثل ایوب دوباره به زندگی برخواهیم گشت و اگر هم نتیجه نگرفتیم،

حداقل یکبار به خدا اعتماد کرده ایم و همین اعتماد شاید باعث شود که مورد رحمت و مغفرت خدای رحمان قرار گیریم.

وَأَيُّوبَ إِذْ نَادَىٰ رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ ﴿٨٣﴾
و ایوب را [یاد کن] هنگامی که پروردگارش را ندا داد که به من آسیب رسیده است و تویی مهربانترین مهربانان (۸۳)

این دنیا برای برگشت به طرف خدا، پر از فرصت است. فرآیند بیماری ایوب، او را به سمت خدا سوق داد و طی فرآیندی، ایوب به آغوش نظام رحمانی برگشت و ایمان خود را محکم کرد. ایوب در این راه دو صفت خوب برای خود کسب کرد. همین دو صفت خوب، بهشت را برای او تضمین کرد. یکی اوّاب و دیگری صابر. ایوب اوّاب شد زیرا در بیماری متوجه اشتباهات خود شد و به سوی نظام رحمانی برگشت و دیگری صابر بود زیرا به حرفهای خدا اعتماد کرد و آن را با حوصله اجرا کرد و به این طریق دو صفت خوب برای خود کسب کرد. وقتی فردی دو صفت خوب بندگی برای خود کسب کند، یعنی یکتاپرستی خود را محکم کرده است و مورد رحمت و مغفرت خدا قرار خواهد گرفت. برای بنده خوب شدن، یک صفت خوب کافی نیست؛ بلکه باید بیش از یکی باشد. توجه شود که صفات بندگی با صفات خدایی فرق دارد. خدا بندگان را به صفت بندگی دعوت میکند و نه صفات خدایی. وحدت وجودی ها توهم رسیدن به صفات خدایی دارند که در قسمتهای قبلی جادوی شیاطین، توهمات از این نوع افشا شده است.

پیامبر ابراهیم هم در قرآن با سه صفت بندگی توصیف شده است. اینها دستاوردهای بندگان خوب خداست. هر بنده دیگری هم باید برای نجات از آتش جهنم، حتما بیش از یک صفت خوب در این دنیا برای خود کسب کند و این صفات خوب برای او یک پوشش و لباس خواهند بود.

إِنَّ إِبْرَاهِيمَ لَحَلِيمٌ أَوَّاهٌ مُنِيبٌ ﴿۷۵﴾ زیرا ابراهیم بردبار و نرم دل و بازگشت کننده [به سوی خدا] بود (۷۵)

بیماری و مشکلات بهترین فرصت است که آدمی، صفت صابر بودن را در خود تقویت کند و حداقل یکی از صفات بندگی را در خود تقویت کند و در این راه صفت توبه کار، منیب، اوّاب را هم بدست آورد و جای خود را در نظام رحمانی محکم کند. کسانی که جای خود را در این نظام رحمانی محکم کنند، بعد از مرگ به همان نظام در بهشت داخل میشوند.

مَنْ خَشِيَ الرَّحْمَنَ بِالْغَيْبِ وَجَاءَ بِقَلْبٍ مُنِيبٍ ﴿۳۳﴾ آنکه در نهان از خدای بخشنده بترسد و با دلی توبه کار [باز] آید (۳۳)

ادْخُلُوهَا بِسَلَامٍ ذَلِكَ يَوْمُ الْخُلُودِ ﴿۳۴﴾ به سلامت [و شادکامی] در آن درآیید [که] این روز جاودانگی است (۳۴)

۵. درمان با توجه به توانایی

وقتی خدا می فرماید وَخُذْ بِيَدِكَ ضِغْثًا فَاضْرِبْ بِهِ **یعنی با توجه به اندازه توانایی و امکانات خودت، درمان کن. وقتی در قرآن از** يَدِ **(دست) صحبت میشود، به معنای توانایی و امکانات است. بنابراین خدا در درمان بیماریها، ما را به تکلیف غیر قابل دسترس و غیرقابل اجرا مکلف نمی کند و همان روش که توانایی مالی آن را داریم، را برای انسان درمان قرار میدهد. شفا فقط نزد خداست و اوست آنگاه که مریض شویم، ما را شفا میدهد. خدا بر همه چیز قادر تواناست و همان توانایی های فرد را مد نظر قرار میدهد و بیمار را شفا میدهد.**

۶. آتش درونی

خدای مهربان، در آیه خطاب به ایوب می فرماید که ارْكُضْ بِرِجْلِكَ هَذَا مُغْتَسَلٌ بَارِدٌ وَشَرَابٌ **یعنی بوسیله خاصیتها و روشهای ۱-** ارْكُضْ ، ۲- مُغْتَسَلٌ ۳- بَارِدٌ ٤- وَشَرَابٌ **خودتان را درمان کنید. این روشها فقط برای درمان در کره زمین است و در جهنم این روشها کاربردی ندارد. در جهنم بارد و شراب وجود ندارد (**لَا يَذُوقُونَ فِيهَا بَرْدًا وَلَا شَرَابًا **). خدای مهربان در قرآن، مشروبات الکلی را جزو مشروب به شمار نیاورده است و بلکه آن را رجس و چرکابه می نامد.**

لَا يَذُوقُونَ فِيهَا بَرْدًا وَلَا شَرَابًا ﴿۲۴﴾ در آنجا نه خنکی چشند و نه شربتی (۲۴)
إِلَّا حَمِيمًا وَغَسَّاقًا ﴿۲۵﴾ جز آب جوشان و چرکابه ای (۲۵)

زمانی که پیامبر ابراهیم توسط نمرودیان به آتش انداخته شد، یک آتش بیرونی و یا درونی برای ابراهیم پیدا شد ولی خدای مهربان دستور فرمود که ای آتش ، برای ابراهیم سرد شو.

قُلْنَا يَا نَارُ كُونِي بَرْدًا وَسَلَامًا عَلَى إِبْرَاهِيمَ ﴿۶۹﴾ گفتیم ای آتش برای ابراهیم سرد و بی‌آسیب باش (۶۹)
وَأَرَادُوا بِهِ كَيْدًا فَجَعَلْنَاهُمُ الْأَخْسَرِينَ ﴿۷۰﴾ و خواستند به او نیرنگی بزنند و[لی] آنان را زیانکارترین [مردم] قرار دادیم (۷۰)

ایوب با انتخاب استایل غلط در تغذیه، به مرور زمان یک آتش درونی در او ایجاد شده بود که با روشی که خدا به او فرمود، خاموش شد. عدم تعادل گرما و آتش درونی باعث بیماریهای جسمی و روانی میشود. وقتی ایوب خدا را ندا میزند، میگوید که پرودگارا شیطان مرا به رنج و عذاب دچار کرده است. زیرا شیطان با خارج ساختن انسان از حالت تعادل جسمی و مغناطیسی، بر اعصاب و روان آدمی فشار میاورد و او را دچار مشکلات جسمی میکند. بنابراین میتوان با اطمینان گفت که نود و نه درصد بیماریها، از وسوسه ها و روشهای شیطان ناشی میشوند. شیطان باعث ایجاد آلودگی در زندگی ها میشود. وقتی مردم از نور آفتاب و خاک و آب و هوا دوری میکنند و در همه حال دستکش دست میکنند، به نوعی آلودگیهای غیرواقعی و مصنوعی و حساسیتهای غلط برای خود میسازند و خود را از فواید نظام رحمانی محروم میکنند. آتش و گرمای درونی از این نوع رفتارها ناشی میشود که تعادل بدن را به هم میریزد.

آتش و گرمای درونی برای سلامتی جسم ما ضروری و مفید است ولی از حالت تعادل خارج شدن این آتش و افراط و تفریط در آن، باعث بیماری میشود.

در آیه دیگر خدای بزرگ و مهربان به اولوا الالباب اشاره می کند؛ یعنی کسانی که دارای عقل و خرد سالم و خالص هستند و این آیه ها و نشانه ها را درک می کنند. یعنی خرد و عقل سالم خود برای کسب و حفظ سلامتی مهم است. زیرا انسان با روش های نادرست و تکیه بر علم ناقص بشری، راههای اشتباهی را پیش می رود که در نهایت موجب بیماری و سختی در زندگی خود می شود. ولی کسانی که عقل سالم دارند و نشانه های خدا را می بینند و از مکتب تربیتی خدای بزرگ پیروی می کنند و به سیستم رحمانی اعتماد می نمایند، مطمئنا هیچوقت دچار مشکل نمی شوند. یعنی در درمان بیماری، عقل و خرد خدادادی بسیار مهم است . مراحل درمانی از تشخیص و اعتراف گرفته تا درمان باید با عقل و خرد سالم و خالص انجام گیرد و الا درمان امکان پذیر نیست. اولین بخش درمان بیماری های روانی، اعتراف فرد به مشکل روانی است که در غیر این صورت فرد درمان نمی شود. زیرا با اعتراف روند خرد سالم شروع می شود و فرد می تواند از طریق دستورات خدای رحمان، خود را درمان کند.

به عنوان مثال فردی را در نظر بگیرید که زیاده خواهی و تکبر موجب می شود که این فرد برای اینکه زرق و برق زندگی خود را بیشتر کند تمام روز های هفته را تا دیر وقت کار میکند و به نیازهای معنوی و خانوادگی خود زیاد توجه نمی کند؛ خوب این فرد بعد از مدتی بر اثر فشار جسمی و روحی به عنوان مثال به بیماری

واریس(جسمی) و ضعف اعصاب (روانی) مبتلا شده و خدا را مقصر می داند. بنابراین سیکل معیوب ایجاد می شود. ولی اگر فرد بداند که منشأ بیماری در اصل شیطان است زیرا شیطان با ایجاد زیاده خواهی و تکبر، وی را از سیستم رحمانی دور کرده و انواع بیماری های جسمی و روانی برایش ایجاد کرده، آنگاه خود تشخیص درست این فرد، فرایند درمان را آغاز می کند.

در خاتمه این قسمت، توصیه های درمان بیماریها در داستان بنده خوب خدا، ایوب از نظر قرآن بصورتهای زیر خلاصه میشود:

1. **اعتراف به روش غلط زندگی که باعث بیماری شده است و اعتراف به منشاء بیماری. بدون این اعتراف، شروع درمان غیر ممکن است.**
2. **روی پای خود ایستادن و به سیستم ایمنی بدن خود اعتماد کردن**
3. **تحرک بیشتر نسبت به قبل از بیماری**
4. **اغتسال درونی بدن و اغتسال بیرونی هر دو با سرد کننده جهت وارد کردن شوک به سیستم ایمنی بدن**
5. **زدن گرمی با سردی و یا گرمی با سردی**
6. **خوردن مایعات و غذاهای مایع شده**
7. **عوض کردن بسته غذایی و اجرای قاطعانه آن و برنگشتن به روال قبلی**
8. **اسراف نکردن و افراط و تفریط نکردن در خوردن غذاهای گرم و یا سرد**
9. **از هر نوع غذایی چه گرم و چه سرد باید خورد**

۱۰- انس گرفتن با طبیعت و خاک و آفتاب و هوا و آب و سرما و گرما

۱۱- دوری تا حد ممکن از هر گونه وسیله ای که اینها را از آدم می گیرد، مثل کولر

۱۲- تحت تاثیر فرکانسها و ضربانها و اعداد و ارقام و درصدها قرار نگرفتن

۱۳- در حد توان مالی و امکانات اقدام به درمان کردن و خدا همان روش را شفا قرار میدهد. خدا بیش از حد توانایی انسان از او انتظار ندارد.

۱۴- صبور بودن در این راه مثل ایوب